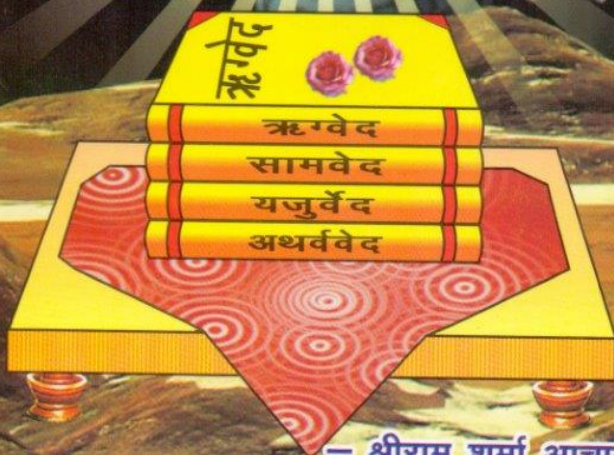
# वेदों की स्वर्णिम सूक्तियाँ






– श्रीराम शर्मा आचार्य

# वेदों की स्वर्णिम सूक्तियाँ



सम्पादक :

**पं. श्रीराम शर्मा आचार्य**




प्रकाशक :

**युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट**

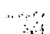
**गायत्री तपोभूमि, मथुरा**

फोन : (०५६५) २५३०१२८, २५३०३९९

मो. ०९९२७०८६२८७, ०९९२७०८६२८९

फैक्स नं०- २५३०२००

पुनरावृत्ति सन् २०१३

मूल्य : ७.०० रुपये

# भूमिका

वेद भारतीय संस्कृति का आदि उद्गम है । वेद का पढ़ना-पढ़ाना प्रत्येक भारतीय का परम् कर्तव्य है । मुसलमान, ईसाई, बौद्ध, पारसी अपने-अपने ग्रन्थों को पढ़ते-सुनते रहते हैं पर खेद की बात है कि हिन्दू जनता में वेद की उपेक्षा की जाती है । पुराण आदि सुनने-पढ़ने में जितनी रुचि लोगों को है यदि उतनी वेद के लिए रही होती तो निश्चय ही लोग सत्य सनातन धर्म के तत्व को समझने और तदनुसार भारतीय संस्कृति के अनुकूल जीवन यापन करने में समर्थ रहे होते ।

प्रत्येक वेद मन्त्र में आध्यात्मिक, आधिदैविक, आधिभौतिक शक्ति विज्ञान, तत्वज्ञान और समाधान भरा हुआ है । वेद भगवान के इस ज्ञान-समुद्र में जो प्रवेश करता है उसे बहुत कुछ मिलता है, सब कुछ मिलता है । हमारी अभिलाषा है कि भारतीय जनता वेद के रहस्यों को समझे और उससे समुचित लाभ उठावे । इस दिशा में पहले कदम के रूप में यह एक छोटी सी सूक्तियों का संग्रह प्रकाशित कर रहे हैं । इसमें जीवन निर्माण में पथ प्रदर्शन करने वाले छोटे-छोटे वाक्य हैं जो बड़े वेद मन्त्रों में से लिए गये हैं । याद करने में सरल और समझने में सुबोध रहें, इसी दृष्टि से सर्व साधारण के लिए यह संग्रह किया गया है । विभिन्न विषयों पर पृथक-पृथक ऐसी सूक्तियाँ संग्रह करके प्रत्येक पहलू पर वेद भगवान के आदेशों को जान सकना सर्वसाधारण के लिए सुगम हो सके । पीछे बन पड़ा तो एक-एक वेद मन्त्र में छिपे हुए अद्भुत रहस्यों का भी उद्घाटन करेंगे जिससे हमारे पूर्वजों के महान ज्ञान-विज्ञान के अनुसन्धान का सर्व साधारण को पता चल सके ।

-श्रीराम शर्मा आचार्य

# वेदों की स्वर्णिम सूक्तिया

## आत्मा और परमात्मा

### एकं सद्विप्रा बहुधा वदन्ति ।

–ऋग० १।१६४।४६

एक ही परमात्मा को ज्ञानी लोग अनेक नामों से पुकारते हैं ।

अनेक नामों के देवता ईश्वर के ही विभिन्न नाम हैं ।

### पुरुष एवेद ७ सर्वम् ।

–ऋग्० १०।९०।२

यह सम्पूर्ण विश्व परमात्मा का ही रूप है ।

संसार को परमात्मा का प्रत्यक्ष स्वरूप मानकर इसकी सेवा करनी चाहिए ।

### प्रजापतिः बहुधा विजायते ।

–अथर्व० १०।८।१३

इस विश्व में परमात्मा ही अनेक रूपों से जन्म ले रहा है ।

संसार के सब प्राणधारी परमात्मा की प्रति-मूर्तियाँ हैं ।

### न वा उ एतन्म्रियसे न रिष्यते ।

–यजु० २३।१६

आत्मा न कभी मरता है, न कभी क्षति होती है ।

सन्मार्ग पर चलते हुए मरने से मत डरो, हानि की कभी चिन्ता न करो ।

### शर्म यंसन्नमृता मर्त्येभ्यः ।

–ऋग० १।९०।३

जो अमर बनकर मरता है वही धन्य है ।

सुर-दुर्लभ नर-तन से वह कार्य करो जिससे अमरता प्राप्त हो ।

**ईशानः बधं यवय ।**

–ऋग० १।२।५

मनुष्य अपनी परिस्थितियों का निर्माता आप है ।
जो जैसा सोचता है और करता है वह वैसा ही बन जाता है ।

**अजायमानः बहुधा विजायते ।**

–यजु० ३१ ।१९

वह अजन्मा अनेक रूपों में जन्म लेता है ।
वह निराकार परमात्मा, चराचर जगत् में साकार है ।

**अग्निनां अग्निः समिध्यते ।**

–ऋग० १।१२।६

अग्नि से अग्नि और आत्मा से आत्मा प्रदीप्त होती है ।
दीप्तमान आत्माओं के सम्पर्क में रहकर अपनी आत्मा को प्रदीप्त करो ।

**मर्त्या हवाअग्रे देवा आसुः ।**

–शत० ब्रा० ११।१।२।१२

मनुष्य शुभ कार्य करके देव बनते हैं ।
शुभ कर्म करो और इसी शरीर से भूसुर का पद प्राप्त करो ।

**संज्ञपनं वो मनसोऽथो संज्ञपनं हृदः ।**

–ऋग० १०।१९१।२

मन और हृदय को एक करो ।
अन्तरात्मा की प्रेरणा के अनुरूप ही मन और बुद्धि को चलाओ ।

**आर्यावृता विसृजन्तो अधिक्षमि ।**

–ऋग० १०।६५।११

धर्म कर्त्तव्यों का पालन करने वाले ही देव हैं ।
वे प्रत्यक्ष देवता हैं जो कर्त्तव्य–पालन के लिए मर मिटते हैं ।

**शुक्रोऽसि भ्राजोऽसि स्वरसि ज्योतिरसि ।**

–अथर्व०

तू शुद्ध, तेजस्वी, आनन्दमय एवं प्रकाशवान् है ।

इसलिए हे जीव, पतित होकर कुमार्गगामी मत बन ।

**यद् अंगदाशुषे त्व मग्ने भद्रं करिष्यसि ।**

–ऋग०

जो आत्म-बलिदान करता है, परमात्मा उसी का कल्याण करता है ।

परमात्मा का अनुग्रह उन्हें प्राप्त होगा जो परमार्थ के लिए स्वार्थ को निछावर करते हैं ।

**देवाः सदा बलिं प्रयच्छन्ति ।**

–अथर्व १०।७।३९

देवता सदा बलिदान से प्रसन्न होते हैं ।

त्याग करने वाला मनुष्यों का ही नहीं देवताओं का भी आदर पाता है ।

**यो जागार तमयं सोम आह ।**

–ऋग०

जो जागता है उसे ही परमात्मा ढूँढ़ता फिरता है ।

आलसी और प्रमादी नहीं, चैतन्य एवं उद्योगी ही प्रभु को प्रिय हैं ।

**सायं प्रातः सौमनसो वो अस्तु ।**

–अथर्व० ३।३०।७

प्रातः सायं आत्म-चिन्तन करना चाहिए ।

सन्ध्योपासना मनुष्य का परम आवश्यक धर्म कर्त्तव्य है ।

# सत्य और सद्विचार

**त्वं नो मेधे प्रथमा ।**

अथर्व० ६।१०८।१

सद्बुद्धि ही संसार में सर्वश्रेष्ठ वस्तु है ।
जिसने अपनी विचारधारा शुद्ध कर ली उसने सब कुछ प्राप्त कर लिया ।

**सत्यं वक्ष्यामि नानृतम् ।**

-अथर्व० ४।९।७

असत्य नहीं, सत्य ही बोलिए ।
सत्य के पथ पर चलना परम शान्तिदायक राज मार्ग है ।

**ऋतं वदन्तो अनृतं रयेम ।**

-अथर्व० १८।१।४

सत्यवादियो, असत्य को मत अपनाओ ।
जो असत्य को अपनाता है वह सब कुछ खो बैठता है ।

**सत्यमेव जयते नानृतम् ।**

-मुण्डक ३।१।५

सत्य ही जीतता है, असत्य नहीं ।
झूँठ में आकर्षण हो सकता है पर स्थिरता सत्य में ही है ।

**यदन्तरं तद्बाह्यं यद्बाह्यं तदन्तरम् ।**

-अथर्व०

जो अन्दर हो वही बाहर प्रकट करो, जो बाहर कहते हो वही भीतर रखो ।

जिसके भीतर बाहर एक ही बात है वही निष्कपट व्यक्ति धन्य है ।

**ऋतस्य श्लोके वधिराततर्द कर्णा ।**

-ऋग०

सत्य की पुकार बहरे कानों में भी पहुँचती है ।
जो सच्चाई है उसे आज नहीं तो कल लोग स्वीकार करेंगे ही ।

## दृते दृंहमाज्योक्के संदृशि जीव्यासम् ।

–यजु०

सत्य एवं धर्म के मार्ग पर दृढ़ रहो ।

भय और लालच धर्मात्मा की दृढ़ता को परखने आया करते हैं ।

## शंनः सत्यस्य पतयो भवन्तु ।

–अथर्व० १९ । १७ । १

सत्य व्रतधारी ही सर्वत्र सुख-शान्ति उत्पन्न करते हैं ।

स्वयं सुखी रहना और दूसरों को सुख देना केवल सत्य मार्ग द्वारा ही सम्भव है ।

## सुगः पन्था अनृक्षर आदित्यास ऋतं यते ।

–ऋग० १ । ४१ । १४

सत्य मार्ग पर चलने वालों का जीवन सरल हो जाता है ।

कंटकाकीर्ण मार्ग झूठों का है, सत्य प्रेमी के लिए सर्वत्र सरलता है ।

## भद्रं कर्णेभिः श्रणुयाम ।

–यजु० ३०

कानों से अच्छे विचार ही सुनो ।

दूसरों की निन्दा और त्रुटियाँ सुनने में अपना समय नष्ट न करो ।

## तमोव्यस्य ।

अथर्व० १२ । ३ । १२

अन्धेरे में मत पड़े रहो ।

जो अज्ञान और आलस्य में डूबा रहता है वह अँधेरे में भटकेगा ।

## जीवितां ज्योतिरभ्येहि ।

–अथर्व ८ । २ । २

जीवित लोग प्रकाश की ओर चलते हैं ।

विवेक और पुरुषार्थ जिसके साथी हैं वही प्रकाश प्राप्त करेंगे ।

**श्वसित्यप्सु हंसो न सीदन् ।**

-ऋग० १।६५।६६

हंस की तरह गुण ग्राहक बनो ।

बेकार और बुरी बातों को छोड़कर केवल उपयोगी को ही ग्रहण करो ।

**ये श्रद्धा धनकाम्या क्रव्यादा समासते ।**

-अथर्व० १२।२।५१

जो श्रद्धा को छोड़कर तृष्णा में फँसे हैं वे नाश की तैयारी कर रहे हैं ।

आत्मोन्नति से विमुख होकर मृगतृष्णा में भटकने की मूर्खता न करो ।

**अचेतनस्य पथः मा विदुक्षः ।**

-ऋग० ७। ४।७

उस मार्ग पर मत चलो जिस पर अज्ञानी चलते हैं ।

अज्ञानी वे हैं जो कुमार्ग पर चलकर सुख की आशा करते हैं ।

**मा गतानामादीधीथाः ।**

-अथर्व० ८।१ ८

गुजरे हुओं के लिए शोक मत करो ।

संसार की हर वस्तु नाशवान् है, अवश्यंभावी के लिए रोना क्या ?

**मा क्रुद्धः ।**

-अथर्व० ११।२।२०

क्रोध मत करो ।

क्रोध एक प्रकार का पागलपन है । उससे उलझनें घटती नहीं बढ़ती हैं ।

**मा विदीध्यः ।**

-अथर्व० ८।१९

चिन्ता करना व्यर्थ है ।

चिन्ता में खून सुखाने और समय नष्ट करने की अपेक्षा कठिनाई का हल सोचो ।

# ब्राह्मणत्व

## अग्निर्ऋषि : पवमानः पाञ्चजन्य पुरोहितः ।

–ऋग०

तेजस्वी, ज्ञानी, पवित्र तथा संयमी ही पुरोहित हों ।

पुरोहित की पवित्र जिम्मेदारी केवल वे लोग उठावें जिनमें आवश्यक गुण हों ।

## वदन् ब्रह्माऽवदतोवनीयाम् ।

–ऋग० १०।११७।७

मौन रहने वाले से धर्मोपदेश देने वाला प्रशंसनीय है ।

ज्ञानवान लोग लोक शिक्षण को अपना कर्त्तव्य समझें ।

## तमेव ऋषिंः तमु ब्रह्माणमाहुर्यज्ञन्य सामगा ।

–ऋग० १०।१०७।६

वही ऋषि और ब्राह्मण हैं जो अपने ज्ञान से दूसरों को सन्मार्ग पर लगाता है ।

निरन्तर ज्ञान दान करते रहना ब्राह्मण की पवित्र जिम्मेदारी है ।

## दिवमारूहत् तपसा तपस्वी ।

–अथर्व० १३।२।२५

ऊँचा वह उठता है जो तप करता है ।

तप किये बिना किसी की आत्मोन्नति नहीं हो सकती ।

## वयं राष्ट्रे जागृयाम पुरोहिताः ।

–यजु०

पुरोहित लोग राष्ट्र को जागृत रखें ।

राष्ट्र को बुराइयों से बचाये रखने का उत्तरदायित्व पुरोहितों का है ।

## आ देवानाम भवः केतुरग्रे ।

–ऋग० ३।१।१७

केवल श्रेष्ठ व्यक्ति ही जनता के नेता बनें ।
चरित्रहीन लोगों के हाथों में नेतृत्व न पहुँचने दो ।

## परातत्तसिच्यते राष्ट्रं ब्राह्मणे यत्र जीयते ।

–अथर्व० ५।१९।६

जहाँ ब्राह्मण हारते हैं वह देश खोखला हो जाता है ।
सच्चरित्र लोक सेवी ही राष्ट्र की सच्ची सम्पत्ति होते हैं ।

## ब्रह्माणं यत्र हिंसन्ति तद् राष्ट्रं दुच्छुना ।

–अथर्व० ५।१९।८

जहाँ ब्राह्मण की उपेक्षा होती है, वह राष्ट्र दुःख पाता है ।
सच्चे समाज–सेवियों को सम्मान और समुचित पोषण मिलना चाहिए ।

## न ब्राह्मणस्य गां जग्ध्वा राष्ट्रे जागार कश्चन ।

–अथर्व० ५।१९।१०

जहाँ ब्राह्मण का तिरस्कार होता है वहाँ से सुख शान्ति चली जाती है ।
त्यागी लोक –सेवकों का गौरव बढ़ाना जनता का कर्त्तव्य है ।

## स्वाध्यायान्मा प्रमदः ।

– तैत्तरीय० १।१०

स्वाध्याय में प्रमाद न करो ।
बिना विशाल अध्ययन के मानसिक विकास संभव नहीं ।

## पिप्रति पान्ति मर्त्यंरिषः अरष्टिः सर्व स्वधते ।

– ऋग० १।४१।१। १

ज्ञानी जिसकी रक्षा करते हैं उसका पराभव नहीं होता ।
पराजय न चाहने वाले–ज्ञानियों के संरक्षण में रहें ।

## अकेतवे केतुं कृण्वन ।

– ऋग० १।२।६

अज्ञानियों को ज्ञानवान् बनाओ ।

ज्ञान दान से बढ़कर संसार में और कोई पुण्य नहीं है ।

## वद्धान्मुन्चासि वद्धकम् ।

– अथर्व० ६।१२१।४

बन्धन में पड़े हुओं को मुक्त करो ।

अज्ञान और कुसंस्कारों से छूटना ही मुक्ति है ।

## देव उन्नयथा पुनः ।

–ऋग० १०।१३७।१

हे देवो ( सत्पुरुषो ), गिरे हुओं को फिर उठाओ ।

गिरे हुओं को उठाने का विरोध करना परले सिरे की असुरता है ।

## स्वयतो धिया दिवम् ।

–यजु०

सद्बुद्धि से ही स्वर्ग प्राप्त होता है ।

जिसकी बुद्धि शुद्ध नहीं हुई उसे स्वर्गीय सुख नहीं मिल सकता ।

## कृतमिष्टं ब्रह्मणो वीर्येण ।

–अथर्व० १९।७२।१

वेद ज्ञान से ही हमारा भला होता है ।
ज्ञान और विज्ञान का अजस्त्र भण्डार वेद में भरा पड़ा है ।

## प्रियं अतिथिंगृणीषणि ।

–ऋग० ६।११२

वे प्रशंसनीय हैं जो घूम-घूमकर धर्मोपदेश करते हैं ।

सद्ज्ञान प्रसार के लिए भ्रमण करते रहना संसार का सर्वश्रेष्ठ परमार्थ है ।

**ब्रह्मचारी ब्रह्म भ्राजद् विभर्ति ।**

–अथर्व० ११।५।५४

सच्चा ज्ञान ब्रह्मचारी को प्राप्त होता है ।
ब्रह्मचर्यविहीन व्यक्ति वास्तविक ज्ञान से वंचित रह जाते हैं।

**अर्यः देवः अचितः अचेतयत् ।**

–ऋग० ७।८६।७

ज्ञानी लोग अज्ञानियों को भी ज्ञानवान बनाते हैं ।
ज्ञान उसी का सफल है जो दूसरें को ज्ञानवान् बनाने में काम आये ।

# सज्जनता और सद्व्यवहार

**यथा नः सर्व इज्जनोऽनमीवः ।**

–यजु० ३३।८६

हम सब परस्पर सज्जनता का व्यवहार करें ।
सज्जनों का व्यवहार, उदारता, सहायता एवं स्नेहपूर्ण होता है ।

**ॐ देवानामपि पन्थामगन्म ।**

–अथर्व० १९।५९ ।३

उस मार्ग पर चलो जिस मार्ग पर सज्जन चलते हैं ।
उद्दण्डता और अनीति के मार्ग पर चलने वाला दुःख पाता है ।

**भद्रं भवाति नः पुरः ।**

–अथर्व० ५०।२०।६

सज्जनता हमारी प्रधान नीति हो ।
सज्जन अपने स्वार्थ से पहले दूसरें के स्वार्थ का ध्यान रखते हैं।

**दस्यत् कृष्णोष्यध्वरम् ।**

–ऋग० १।७४।४

सज्जन सत्कर्मों में सहायता करते हैं ।
सत्कार्यों में सहायता करना सज्जनों का आवश्यक कर्त्तव्य है ।

## मधुमतीः मधु मतीभिः संपृच्यन्तां ।

–यजु० १।२१

मीठा बोलो, मधुर भाषियों के साथ रहो ।

जो मधुरता अपनाता है उसके लिए सभी अपने बन जाते हैं ।

## घृतात स्वादीयो मधुनश्च वोचत ।

–अथर्व २०।६५।२

घृत सी लाभदायक और शहद सी मीठी वाणी बोलो ।

जिसने मीठी वाणी का महत्व समझ लिया वह सर्वत्र सफल होगा ।

## अन्यो अन्यस्यै वल्गु वदन्त ।

–अथर्व० ३।३०।६

परस्पर मधुर बचन बोला करो ।

मधुर वाणी बोलने से कलह घटता और प्रेम बढ़ता है ।

## अस्य सूनृता विरप्शी गोमती मही ।

–ऋग० १।३।८।८

ऐसी वाणी बोलो जिससे सबका हित हो ।

किसी को गलत मार्ग पर ले जाने वाली सलाह न दो ।

## धूयासं मधु संदृशः ।

–यजु० ३७

मधुरता की मूर्तिमान प्रतिमा बनो ।

वाणी ही नहीं व्यवहार में भी मधुरता का समावेश रखो ।

## मित्रस्याऽहं चक्षुषा सर्वाणि भूतानि समीक्षे ।

यजु० ३६।१८

सब प्राणियों को मित्रता की दृष्टि से देखना चाहिए ।

किसी प्राणी से नहीं, केवल उनके दुष्कर्मों से शत्रुता रखो ।

## जिह्वा में मधुमत्तमा ।

–तैत्तरीय० १।४

मेरी जीभ मीठी वाणी बोले ।

कटु, कर्कश और कुवचन बोलकर वाणी को दूषित न करो ।

## मधुमन्मे निक्रमण मधुमन्मे परायणम् ।

–अथर्व० १।३४।३

आते और जाते मधुरता बरसाओ ।

जहाँ जाओ वहाँ प्रेम बखेरो, जहाँ से आओ मधुर स्मृति छोड़कर आओ ।

## ते हेलो वरुण नमोभि ।

–ऋग० १।२४।६।१४

क्रोध को नम्रता से शान्त करो ।

क्रोधी एक प्रकार का रोगी है । उस पर बिगड़ो नहीं दया करो ।

## अज्येष्ठासो अकनिष्ठा स एते संभ्रातरो ।

–ऋग० ५।६०।५

मनुष्यों में कोई नीच-ऊँच नहीं, सब भाई-भाई हैं ।

जाति–पाँति के आधार पर किसी को ऊँच–नीच न समझो ।

## वयस्कृत तव जामयो वयम् ।

–ऋग० १।३१।७।१०

एक ही परमपिता के पुत्र हम सब भाई-भाई हैं ।

आपस में ऐसे बरतो –जैसे भाई से भाई बरतते हैं ।

# उन्नतिशील जीवन

## जैष्ठ्याय वृद्धः अजायथाः ।

–ऋग० १।२।५

मनुष्य जीवन श्रेष्ठ और बड़ा बनने के लिए है ।
जीवन दिन काटने के लिए नहीं, कुछ महान कार्य करने के लिए है।

## उच्च तिष्ठ महते सौभगाय ।

–अथर्व० २।६।२

श्रेष्ठ बनना ही महान सौभाग्य है ।
जो महापुरुष बनने के लिए प्रयत्नशील हैं वे धन्य हैं ।

## आप्नुहि श्रेयांसमति समं क्राम ।

–अथर्व०

बराबर वालों से आगे बढ़ो, श्रेष्ठों तक पहुँचो ।
मुर्खों से अपनी तुलना न करो, बुद्धिमानों का आदर्श ग्रहण करो ।

## सहो रुरोह रोहितः

–अथर्व १३।३।२६

उन्नति उसकी होती है जो प्रयत्नशील है ।
भाग्य भरोसे बैठे रहने वाले आलसी सदा दीन-हीन ही रहेंगे ।

## सुकर्माण सुरुचः ।

–अथर्व० १८।३।२२

यश उसे मिलता है, जो सत्कर्म करता है ।
कीर्ति वही स्थाई है जो सत्कार्यों द्वारा प्राप्त की जाती है।

## मूर्धानं राय आरभे ।

–ऋग १।२४।६।५

ऐश्वर्य को प्राप्त कर बड़े काम करो ।
ओछे विचार और ओछे काम करने वाले अन्त में ओछे ही रह जाते हैं ।

## अयुतोऽहमयुतो म आत्मा ।

–अथर्व १९।५१।१

धर्मात्मा में दस हजार मनुष्यों के बराबर बल होता है ।

जिसका मार्ग सच्चाई का है उसे कोई हरा नहीं सकता ।

## अहमुत्तरोऽसानि ।

–अथर्व ३।५५

साधारण लोगों की अपेक्षा अधिक श्रेष्ठ बनो ।

जनता की भेड़चाल से बँधे न रहो, श्रेष्ठता को अपनाओ ।

## पांचा अगाम नृतये हसाय ।

–अथर्व० १२।२।२२

जिन्दगी हँसते-खेलते जीने के लिए है ।

चिंता, भय, शोक, क्रोध, निराशा, ईर्ष्या, तृष्णा एवं वासना में विलखते रहना मूर्खता है ।

## जज्ञानो हव्यो वभूथ ।

–ऋग० १०।६।७

जो गुणवान् हैं उनकी प्रशंसा होती है ।

गुण विहीन व्यक्ति का कहीं आदर नहीं होता ।

## अर्थिनः अर्थं इत्वै ।

–ऋग० १।१०५।२

जो आकाँक्षा करता है उसे प्राप्त होता है ।

तीव्र इच्छा शक्ति के बिना कोई महत्वपूर्ण वस्तु प्राप्त नहीं होती ।

## शग्धि पूर्धि प्रयंसिच शिशाहि प्रास्युदुरम् ।

–ऋग० १।४२

समर्थ बनो, काम को पूरा करो, खरे बनो और पेट भरो ।

बलवान, कर्तव्य परायण, ईमानदार और सम्पन्न व्यक्तियों को ही जीवन लाभ मिलता है ।

**उग्राय तवसे सुवृक्तिं प्रेरय ।**

–यजु० ३०

शक्तिशाली बनना हो तो वक्ता और कर्मवीर बनो ।

संकोच और भय छोड़कर उचित विचारों को निधड़क प्रकट किया करो ।

**प्रति यः शासमिन्वति ।**

–ऋग० १।५४।१

जो अनुशासन पालता है, वही शासन करता है ।

दूसरों पर शासन करना चाहते हो तो स्वयं अनुशासन सीखो ।

**स्वयन्तो नापेक्षंते ।**

–यजु० ३०

तेजस्वी दूसरों का मुँह नहीं ताकते ।

जो आत्म-निर्भर हैं उन्हीं को दूसरों की भी सहायता मिलती है ।

**दृक्षसे संजग्मानो अविभ्युषा ।**

–ऋग० १।२।७

उनके साथ रहो जो निडर और वीर हैं ।

कायर, डरपोक, ओछे और दुर्गुणी लोगों का संग करना अपनी ही हानि करना है ।

**इन्द्रं वर्धं तो असुरः ।**

–ऋग० ९।६३।५

जीवन में स्फूर्ति उत्साह और साहस बढ़ता रहे ।

आलसी, प्रमादी, भीरु और सन्देही मनुष्य उन्नति नहीं कर सकते ।

**न विभेति कदाचनेति ।**

–तैत्तरीय० २।४

धर्मात्मा कभी किसी से नहीं डरते ।

जिसका मार्ग सच्चा है वह किसी से क्यों डरेगा ?

**असमं क्षत्रं असमं मनीषा ।**

–यजु० ३०

अतुलित शौर्य और असीम बुद्धि धारण करो ।

जहाँ अदम्य साहस और दूरदर्शिता है, वहाँ सब कुछ है ।

**अधितनूषु वाशी ।**

–ऋग० १।८८

वीरो, शस्त्रों से सुसज्जित रहो ।

शस्त्रों और साधनों से सफलता का मार्ग प्रशस्त होता है ।

**अग्रे शर्ध महते सौभगाय ।**

–अथर्व० ७।७३।१०

ऐश्वर्य उत्साही के पैर चूमता है ।

जो उत्साही और कर्मनिष्ठ है उसके पास दरिद्रता न फटकेगी ।

**मात्वा केचिद् वियमन् ।**

–अथर्व० ७।११७।१

पराधीनता के बन्धन में मत बंधो ।

रूढ़िवादिता रूपी मानसिक गुलामी संसार की सबसे भयंकर गुलामी है ।

**उत्क्रामातः पुरुष मावयत्थाः ।**

–अथर्व० ८।१।४

ऊँचे उठो - नीचे मत गिरो ।

निराशा और पराजय की नहीं, आशा और सफलता की भावना किया करो ।

**उद्यानं ते पुरुष नावयानम् ।**

–अथर्व० ८।१।६

उन्नति करो-अवनति मत होने दो ।
गिराने वाले नहीं, उठाने वाले विचार और कार्य अपनाओ ।

**मात्र तिष्ठः पराङ्मनाः ।**

–अथर्व० ८।१।९

शिथिलता और अनुत्साह ठीक नहीं ।
अकर्मण्यता और निराशा एक प्रकार की नास्तिकता है ।

**वीरयध्वं प्रतरता ।**

–अथर्व० १२।२।२६

उद्योगी ही पार होते हैं ।
पुरुषार्थ विहीन व्यक्तियों की नाव बीच में ही डूबती है ।

**अमृतं विवासत ।**

–ऋग० ६।११२

उत्साही और आशावादी का ही साथ करो ।
उनसे दूर रहो जो भविष्य को निराशाजनक बताते हैं ।

**शुचिं पावकं ध्रीवं**

–ऋग० ७।११३

उनकी प्रशंसा करो जो धर्म पर दृढ़ है ।
उनके गुणगान न करो जिनने अनीति से सफलता प्राप्त की ।

# द्वेष नहीं प्रेम करो

**मा युष्महि मनसा दैव्येन ।**

–अथर्व० ७।५२।२

दिव्य मन को लड़ाई-झगड़े में न फंसाओ ।
मन की दिव्यता का उपयोग द्वेष नहीं प्रेम ही है ।

**असंवाध्यं मध्यतों मानवानाम् ।**

–यजु० ३०

मनुष्य आपस में लड़ाई-झगड़ा न करें ।
प्रेम भाव ही मनुष्य के सुदृढ़ सम्बन्धों का आधार है ।

**मा वियौष्ट ।**

–अथर्व ३। ३०। ५

फूट मत फैलाओ ।
टूटे को बनाओ, रूठे को मनाओ ।

**ना नो द्विक्षत कश्चन ।**

–अथर्व० १२। १। १८

किसी से हमारी शत्रुता न हो ।
शत्रुता का भाव जहाँ रहता है, वहीं अग्नि की तरह जलता है ।

**विश्वा द्वेषांसि प्रमुमुग्ध्यस्यत्**

–यजु० २१ ।३

संसार में किसी से द्वेष मत करो ।
बुराइयों को द्वेष की अपेक्षा प्रेम से दूर करना सरल है ।

**आरेद्वेषांसि जनुतर्दधाम ।**

–ऋग० ५। ४५। ५

द्वेष का परित्याग कर देना ही उचित है ।
जो द्वेष करता है उसका अपना ही अधिक अहित होता है ।

**देवा न वियन्ति नो च विद्विषतेमिथः ।**

–अथर्व ३। ३०। ४

सत्पुरुष लड़ाई-झगड़ा एवं ईर्ष्या द्वेष नहीं करते ।
क्योंकि वे जानते हैं किं उनसे लाभ कुछ नहीं, अहित अनन्त है ।

**सं जाना महै मनसा सं चिकित्वा ।**

–अथर्व० ७।५२।२

वैसे कार्य करो जिनसे द्वेष नहीं प्रेम बढ़े ।
जिन कार्यों के करने से विरोध बढ़े, उन्हें मत करो ।

**सहृदयं सामनस्यं अविद्वेषं ।**

–अथर्व० ३।३०।१

हृदय और मन में एकता रखो, आपस में द्वेष मत करो ।
हृदय और मन में एकता रखो, आपस में द्वेष मत करो ।

**अन्यो अन्यं मभि हर्यत ।**

–अथर्व० ३।३०।१

एक दूसरे से प्यार करो ।
प्यार में परमात्मा का प्रत्यक्ष निवास है ।

**सहृदयं सांमनस्य मा विद्वेषं कृणोमिबः ।**

–अथर्व० ३।३०।१

सहृदयता, एकता और प्रेम की भावना पैदा करो ।
आत्मा का विकास इन्हीं तीन सद्गुणों से होता है ।

**संगच्छध्भं संवदध्वं संवो मनांसि जानताम् ।**

–ऋग० १०।१९१।२

साथ–साथ बढ़ो, मिलकर बोलो, हृदयों में एकता रखो ।
स्वार्थ एवं अहंकार से प्रेरित होकर अपनी खिचड़ी अलग न पकाओ ।

**समानी मंत्रः समितिः समाकी ।**

–ऋग० १०।१९१।२

एक प्रकार के विचार रखो, एक समिति में संगठित रहो ।
विचारों की एकता और संगठन से एक प्रचण्ड शक्ति उत्पन्न होती है ।

**समानेन वो हविषा जुहोमि ।**

-ऋग० १०।१९१।३

एक ही यज्ञ में सब हवन किया करो ।

यज्ञ का उद्देश्य एकता और समीपता उत्पन्न करना भी है ।

**समानी प्रपा सहवोऽन्नभागः ।**

-अथर्व० ३।३०।३

सब परस्पर मिलकर खान-पान किया करो ।

सहयोग और प्रीतिभोज से प्रेम भाव बढ़ता है ।

**ब्रतं कृणुध्वं सहि वो नृपाणः ।**

-अथर्व० १९।५८।४

संगठन करो और उसी से तुम्हारी रक्षा होगी ।

आत्म-रक्षा के लिये संगठन सर्वोपरि शस्त्र है ।

**सहभक्षाः स्याय ।**

-अथर्व० ६।४७।१

भोजन मिल-जुलकर करो ।

चौके-चूल्हे की प्रथकता ओछेपन का चिन्ह है ।

**सखयाविव सचाव है ।**

-अथर्व० ६।४२।१

परस्पर मित्रों की तरह रहो ।

साथियों के साथ आत्मीयतापूर्ण व्यवहार करो ।

**युवाकु हि शचीनां युवाकु सुमतीनाम् ।**

-ऋग० १।१७।६।४

शक्तियों का सङ्गठन करो, सद्विचारों का सङ्गठन करो ।

सङ्गठन से बढ़कर शक्तिशाली तत्व इस पृथ्वी पर दूसरा नहीं ।

# कर्त्तव्य के पथ पर

**कद व ऋतं कद नृतं क्व प्रज्ञा ।**

–ऋग० १।१०५।५

क्या उचित है क्या अनुचित यह निरन्तर बिचारते रहो ।
अन्ध–परम्परा को छोड़कर तर्क और विवेक का आश्रय ग्रहण करो ।

**अग्ने व्रत पते व्रतं चरिष्यामि ।**

–यजु० १।५

धर्म की मर्यादाओं का पालन करो ।
धर्म की मर्यादाओं का उल्लंघन दुःखदायी है ।

**यद् भद्रम् तन्न आ सुव ।**

–यजु० ३०

जो श्रेष्ठ है उसी को ग्रहण करो ।
जो बुरा है उसे छोड़ो, चाहे अपना हो या पराया ।

**दैव्याय कर्मणे शुन्ध्यध्वम् ।**

– यजु०१।१३

पवित्र बनो और शुभ कर्म करो ।
शुभ कार्य करने वाले का जीवन ही पवित्र बनता है ।

**भूत्यै न प्रमदितव्यम् ।**

– तैत्तरीय० १।१०

शुभ कार्यों में प्रमाद न करो ।
ढील डालने से शुभ कार्य का अवसर निकल जाता है ।

**ब्रह्मभ्यः कृणुता प्रियम् ।**

– अथर्व० १२।२।३४

बुजुर्गों से शिष्टाचार बरतो ।
जो बड़ों का मान नहीं करते वे उन्नति नहीं करते ।

## ज्यायस्वंतश्चित्तिनो ।

– ऋग० ३।३०।५

आदरणीय सज्जनों का सम्मान करो ।

जो दूसरों का सम्मान नहीं करते उन्हें स्वयं भी मान नहीं मिलता ।

## मा हिंसी स्तन्वा प्रजाः ।

– यजु० ३०

अपनी देह से किसी प्राणी को कष्ट न पहुँचाओ ।

किसी को अनीतिपूर्वक दुःख देना ही असुरता है ।

## प्रसुव यज्ञम् ।

– यजु० ३०

सत्कर्म ही किया करो ।

दुष्कर्मों से कोसों दूर रहो ।

## दुरितानि परासुव ।

– यजु० ३०

दुष्कर्मों से दूर रहो ।

सत्कर्म ही मनुष्य का कर्त्तव्य है ।

## ईजानानां सुकृतां प्रेहि मध्यम् ।

– यजु० ३२

सदाचारी लोगों के साथ रहो ।

साँप की तरह दुराचारियों से भी दूर रहो ।

## सखा सखिभ्यो वरीयः कृणोतु ।

–अथर्व० ७।५१।१

मित्र वह है जो मित्र की भलाई करे ।

कुमार्ग से बचाकर सन्मार्ग पर ले चलना सबसे बड़ी नेकी है ।

**पावकानः सरस्वती ।**

– ऋग० १।३।१०।१२

विद्या से मनुष्य पवित्र बनते हैं ।

विद्या विहीन मनुष्य अन्धकार में डूबा हुआ पशु है ।

**उद्यन्त्सूर्यं इव सुप्तानां द्विषतां वर्च आददे ।**

– अथर्व० ७।१६।२

सूर्योदय तक भी जो नहीं जागते उनका तेज नष्ट हो जाता है ।

जल्दी सोना, जल्दी उठना शरीर और मन की स्वस्थता को बढ़ाता है ।

**अन्नं न निन्द्यात् । तद्व्रतम् ।**

– तैत्तरीय० ३।७

अन्न का तिरस्कार न करो, वह पूज्यनीय है ।

जूठन छोड़कर अन्न भगवान का तिरस्कार न करो ।

**नेमा इन्द्र गावो रिषन् ।**

– अथर्व० २०।१२७।१३

गायें सताई न जांय ।

जो गाय को दुःख देगा, सो स्वयं भी सुखी न रहेगा ।

**वशां देवा उपजीवन्ति वशां मनुष्या उत ।**

– अथर्व० १०।१०।३४

देवता और मनुष्य दोनों गौ के आश्रित जीते हैं ।

गौ के नष्ट होने पर न मनुष्य जीवित रहेंगे और न देवता ।

# दुष्वृत्तियों का शमन

## पिपेश नाकं स्तृभिर्दनूनाः ।

– ऋग० १। ६८। १०

संयमी मनुष्य स्वर्ग को भी जीत लेता है ।

शक्ति संग्रह का मूल स्रोत संयम है ।

## भूतायत्वा न अरातये ।

– यजु० १। ११

तुम्हें प्राणियों की सेवा के लिए पैदा किया गया, दुःख देने के लिए नहीं ।

दण्ड की अनाधिकार चेष्टा न करो, तुम्हारा कर्त्तव्य केवल सेवा तक सीमित है ।

## इदमहमनृतात् सत्यधुपैमि ।

– यजु० १। ५

असत्य को त्यागकर सत्य ही ग्रहण करना चाहिए ।

जो सत्य को त्यागकर असत्य अपनाते हैं उन्हें अपयश ही मिलता है ।

## अपवक्ता हृदयाविधश्चित् ।

– ऋग० १। २४। ६। ८

उन विचारों को त्याग दो जो आत्मा को नष्ट कर दें ।

अनीति और अधर्म के कुविचार सर्वथा त्यागने योग्य हैं ।

## निर्ऋतिर्दुहणा वधीत् पदीष्ट तृष्ठाया सह ।

– ऋग० १। ३८। २। ६

तृष्णा नष्ट होने के साथ ही विपत्तियाँ भी नष्ट होती हैं ।

जिसे जितनी अधिक तृष्णा है, वह उतना ही बड़ा आपत्तिग्रस्त है ।

**अप दुष्कृतान्य जुष्टान्यारे ।**

– ऋग०

कुविचारों और कुकर्मों को दूर करो ।
ये अपने धारण करने वालों को ही नष्ट करते हैं ।

**अपास्यत् सर्वं दुर्भूतम् ।**

– अथर्व० ३।७।७

अन्दर के सब दुर्भावों को निकाल बाहर करो ।
बाहरी शत्रु उतनी हानि नहीं कर सकते जितनी अंतःशत्रु करते हैं ।

**अपैतु सर्वं यत् पापम् ।**

– अथर्व० १०।१।१०

सब प्रकार के दुष्कर्मों से बचो ।
दुष्कर्म किसी भी प्रकार का हो – त्याज्य है ।

**अपेहि मनसस्पतेऽपक्राम परश्चर ।**

– अथर्व० २०।९६।२४

मानसिक पापों का परित्याग करो ।
मन में जमी हुई वासना ही दुष्कर्म कराती है ।

**मा ते हृदयमर्षियम् ।**

– अथर्व० १२।१।३५

किसी का दिल न दुखाओ ।
अन्यायपूर्वक किसी को सताने की दुष्टता न करो ।

**यथोत मम्रुषो मन एवेर्षोमृत मनः ।**

– अथर्व० ६।१८।२

ईर्षालु का अन्तःकरण मृत प्रायः हो जाता है ।
ईर्षा को छोड़ो, प्रतिस्पर्धा को अपनाओ ।

**एतामेतस्येर्ष्यां मुद्राग्निमिव शमय ।**

– अथर्व० ७।४५।२

ईर्षा की अग्नि को शान्त करो ।
ईर्षालु अपनी कुढ़न में आप ही जलता है ।

**अशात्त्रिन्द्रो अभयं नः कृणोतु ।**

– अथर्व० ६।४०।२

मत किसी से शत्रुता करो, मत किसी से डरो ।
सबको अपना समझने वाला सदा निर्भय रहेगा ।

**उपप्रयन्तो अध्वरं ।**

– ऋग० १।७४।१

वह कार्य करो जिससे दूसरों को कष्ट न हो ।
उन कर्मों को न करो जिनसे दूसरे दुःख पावें ।

**अपतस्य हतं तमो व्यावृतः स पाप्मना ।**

– यजु० ३२

जिसका अज्ञान दूर होगा, वही पाप से छूटेगा ।
पाप का प्रधान कारण आत्म-ज्ञान का अभाव ही है ।

# अर्थ व्यवस्था

**परोऽपेह्य समृद्धं ।**

– अथर्व० ५।७।७

दरिद्रता को मार भगाओ ।
गरीबी अनेक बुराइयों की जननी है ।

**पृणन्नापिरपृणन्त मभिष्यात् ।**

– ऋग० १०।११७।७

न कमाने वाले त्यागी से कमाकर दान करने वाला श्रेष्ठ है ।
सौ हाथों से कमाओ, हजार हाथों से दान करो ।

## देवः वार्यं बनते ।

– ऋग० ६ । ११२

धन उन्हीं के पास ठहरता है जो सद्गुणी हैं ।
दुर्गुणी की बिपुल सम्पदा भी स्वल्प–काल में नष्ट हो जाती है ।

## रमन्तां पुण्या लक्ष्मीः ।

– अथर्व० ७ । ११५ । ४

ईमानदारी से कमाया धन ही ठहरता है ।
बेईमानी की कमाई से कोई फलता–फूलता नहीं ।

## रयिं दानाय चोदय ।

– अथर्व० ३ । २० । ५

दान देने के लिए धन कमाओ ।
संग्रह करने एवं विलासिता के लिए धन नहीं है ।

## अमृणो फवामि ।

– अथर्व० ६ । ११७ । १

किसी के ऋणी मत रहो ।
अपनी स्थिति से बाहर खर्च न करो ।

## अनृणाः स्याम ।

–यजु० ३२

कर्जदार मत बनो ।
ऐसे काम न करो जिनके लिए कर्ज लेना पड़े ।

## सर्वान् पथो अनृणा आक्षिपेम ।

–यजु० ३२

जो ऋण-मुक्त है उसी की उन्नति होती है ।
ऋण–ग्रस्त व्यक्ति दिन–दिन घुलता ही जाता है ।

**प्र पतेतः पापि लक्ष्मि ।**

–अथर्व० ७।११५।१

पाप की कमाई छोड़ दो ।

पसीने की पुण्य कमाई से ही मनुष्य सुखी बनता है ।

**इमां मात्रा मिमीमहे यथापरं न मासातै ।**

–अथर्व० १२।२।३८

वस्तुस्थिति एवं नाप तौल में गड़बड़ी न करो ।

बेईमानी का व्यापार जड़-मूल से नष्ट हो जाता है ।

**केवलाद्यो भवति केवलादी ।**

–ऋग० १०।११७।६

ज़ो अकेला खाता है, सो पाप खाता है ।

अपनी रोटी मिल-बाँटकर खाओ ।

**न स्तेय मद्मि ।**

–अथर्व० १४।१।५७

चोरी का धन न खाओ ।

जो न्यायोपार्जित नहीं, वह चोरी का धन है, उसे त्याग दो ।

**रामा वयं सुमनसः स्याम ।**

–अथर्व० १४।२।३६

एश्वर्य पाकर इतराओ मत ।

इतराने में नहीं, श्रेष्ठ कार्यों में एश्वर्य का उपयोग करो ।

**कस्यस्विद्धनम् ?**

–यजु० ४०।१

धन किसी व्यक्ति का नहीं, सम्पूर्ण राष्ट्र का है ।

धन पर कब्जा जमाकर मत बैठो, उसका सदुपयोग करो ।

## उतोरयिः पृणतो नोपदस्यति ।

-ऋग० १०।११७।७

दान देने वाले की सम्पदा घटती नहीं बढ़ती है ।

सत्कार्यों में लगाया धन, बैंक में जमा पूँजी के समान सुरक्षित है ।

## अदित्सन्तं दापयतु प्रजानन् ।

-अथर्व० ३।२०।८

कंजूसों को दान करने के लिए प्रेरित करो ।

उन बेवकूफों को समझाओ कि धन जमा करते जाने की नहीं, सदुपयोग करने की वस्तु है ।

## रयिं धत्त दाशुषे मर्त्याय ।

-अथर्व० १२।३।४३

सत्पात्रों को ही दान करो ।

कुपात्रों को दिया दान, दाता को नरक में ले जाता है ।

## दत्तान्मा भूषम् ।

अथर्व० ६।१२३।४

दान देने की परम्परा बन्द करो ।

अपने पास ज्ञान, बल, योग्यता, धन जो कुछ है उसे दूसरों के हित में लगाते रहो ।

## न पावत्याय रासीय ।

-अथर्व० २०।८२।१

कुपात्रों को दान मत दो ।

सर्प को दूध पिलाने की भाँति कुपात्रता में और भी वृद्धि न करो ।

# परिवार व्यवस्था

## तत् कृण्मो ब्रह्म वो गृहे ।

–अथर्व० ३।३०।४

घर के सब लोगों में एकता के सद्विचार बढ़ाओ ।

सद्गुण बढ़ाने का प्रयोग अपने घर से आरम्भ करो ।

**मातृ देवो भव । पितृ देवो भव । आचार्य देवो भव ।**

–तैत्तरीय० १।१०

माता-पिता और आचार्य को देव मानो ।

यह तीनों प्रत्यक्ष ब्रह्मा, विष्णु, महेश हैं ।

**अनुव्रतः पितुः पुत्रो मात्रा भवतु संमनाः ।**

–अथर्व० ३।३०।२

माता-पिता के आज्ञाकारी तथा प्रिय बनो ।

माता–पिता की आज्ञा में चलने वाले बालक सुख पाते हैं ।

**मा भ्राता भ्रातरं द्विक्षन्मा स्वसार मुतास्वसा ।**

–अथर्व० ३।३०।३

भाई-बहिन आपस में द्वेष न करें ।

भाई–बहिनों के बीच अत्यन्त आत्मीयता रहनी चाहिए ।

**जग्धपाप्मा यस्यान्न मश्नन्ति ।**

–अथर्व० ९।६।१

अतिथि सत्कार करने वाले के पाप धुल जाते हैं ।

सदुद्देश्य के लिए निस्पृह विचरण करने वाले लोक–सेवी ही सच्चे अतिथि हैं ।

## त्वं सम्राज्ञ्येधि पत्युरस्तं परेत्य ।

–अथर्व० १४।१।४३

पत्नी पति के घर की साम्राज्ञी है ।

पत्नी को घर की पूरी अर्थ–व्यवस्था तथा जिम्मेदारी सौंपी जाय ।

## ब्रह्मणस्ये पति मस्यै रोचय।

–अथर्व० १४।१।३१

पति, पत्नी का प्यारा बने ।

पति अपना आचरण और व्यवहार ऐसा रखे, जिसमें उसे पत्नी का प्यार प्राप्त हो ।

## इहैव स्तं मा वियौष्टम् ।

–अथर्व० १४।१।२२

पति-पत्नी अविच्छिन्न प्रेम–सूत्र में बँधे रहें ।

संतोष, क्षमा, सहिष्णुता, प्रसन्नता और निबाहने की भावना से ही दम्पत्ति प्रेम स्थिर रह सकता है ।

## इह पुष्यतं रयिम् ।

–अथर्व० १४।२।३७

पति-पत्नी दोनों मिलकर कमाई करें ।

पत्नी को उपार्जन क्षमता वाली स्वावलम्बी बनाओ ।

## चक्रवाकेव दम्पती ।

–अथर्व० १४।२।६४

पति पत्नी चकवा-चकवी की तरह प्रेम करें ।

एक दूसरे को छोड़ अन्यत्र दाम्पत्ति प्रेम को बिखरने न दें ।

## मन इन्नौ सहासति ।

–अथर्व०

पति-पत्नी का हृदय एक रहे ।

दोनों एक दूसरे को प्रसन्न और संतुष्ट रखने का प्रयत्न करें ।

**ममदसस्त्व केवलो नान्यासां कीर्तयाश्चन ।**

–बथर्व० ७।३२।४

अपनी पत्नी के अतिरिक्त अन्य नारी का स्मरण भी न करे ।

पतिव्रत की भाँति पुरुष के लिए भी पत्नीव्रत नितान्त आवश्यक है ।

**सं मा तपन्त्यभितः सपत्नीरिव पर्शवः ।**

–ऋग० १।१०५।८

जो बहुत पत्नी करते हैं, वे दुःख पाते हैं ।

अनेक नारियों की इच्छा करने वालों का गृहस्थ जीवन नरक बन जाता है ।

**जाया पत्ये मधुमती वाचं ।**

–अथर्व० ३।३०।२

स्त्रियाँ मधुर वाणी बोलें ।

कर्कश व्यवहार से घर की शान्ति नष्ट हो जाती है ।

**साधुं पुत्रं जनय ।**

–अथर्व० २०।१२९

सन्तान को बलवान और सज्जन बनाओ ।

सन्तान उत्पन्नकर्त्ता बच्चों के समुचित विकास की जिम्मेदारी को समझें ।

**पुमांस पुत्रं जनय ।**

–अथर्व० ३।२३।२

सुयोग्य सन्तान ही पैदा करो ।

सुयोग्य माता-पिता ही अच्छी सन्तान उत्पन्न कर सकते हैं ।

**शीशूला न क्रीलाः सुमातरः ।**

–ऋग० १०।७८।६

उत्तम माताऐं ही उत्तम सन्तान उत्पन्न करती हैं ।

फूहड़ नारियों से दुर्गुणी सन्तान ही सम्भव है ।

**जायाः पुत्राः सुमनसो भवन्तु ।**

-अथर्व० ३।४।३

अपने स्त्री पुत्रों को सद् बिचारवान् बनाओ ।
परिवार के लोगों को सद्गुणों से सुसज्जित एवं शोभायमान करो

# शरीर की सुरक्षा

**दृहंस्व माह्वाः ।**

-यजु० १।९

सुदृढ़ तो बनो पर उद्दण्ड नहीं ।
स्वास्थ्य को सुधारो-पर अकड़कर मत चलो ।

**स्वयं तन्वं वर्धस्व ।**

-ऋग० ७।८।५

शरीर को बलवान बनाओ ।
बलवान शरीर में ही बलवान आत्मा रहती है ।

**ध्वस्मन्वत् पाथः त्वा समभ्येतु ।**

ऋग० १२।११८

वह अन्न खाओ जो पाप की कमाई का न हो ।
पाप की कमाई का अन्न बुद्धि को बिगाड़ता है ।

**वियात् विश्व मत्रिणम् ।**

-ऋग० १।८६।१०

चटोरे लोग बेमौत मरते हैं ।
जीभ पर काबू रखो, स्वाद के लिए नहीं स्वास्थ्य के लिए खाओ ।

**विश्वं समित्रिणं दह ।**

-ऋग० १।३६।२।१४

सर्वभक्षी लोग रोगों की अग्नि में जलते हैं ।

भक्ष-अभक्ष का विचार न करने वाले लोग बीमारी और अल्पायु पाते हैं।

**अनुष्वधं भीम आवावृधे शव: ।**

-ऋग० १।८१।४

जैसा अन्न खाते हैं, वैसा मन बनता है।

सतोगुणी भोज़न से ही मन की सात्विकता स्थिर रहती है।

**शतं जीव शरदो वर्धमान:**

-अथर्व० ३।११।४

सौ वर्ष तक उन्नतिशील जीवन जियो।

जीवन-शक्ति को ऐसे संयम से खर्च करो कि सौ वर्ष जी सको।

**अश्मानं तन्वं कृधि ।**

-अथर्व० १।२।२

शरीर को पत्थर जैसा सुदृढ़ बनाओ।

श्रम और तितिक्षा से शरीर मजबूत बनता है।

**वर्च आधेहि मे तन्वां सह ओजो वयोवलम् ।**

-अथर्व० १९।३७।२

शरीर में तेज, साहस, ओज, आयुष्य और बल की वृद्धि करो।

देह को भगवान् का मन्दिर समझ कर उसकी पूर्ण साज-संभाल रखो।

# दुष्टता कैसे निपटें ?

**वय मादित्य ब्रते तवा नागसो ।**

-ऋग० १।२४।६।१५

जो मर्यादाओं का पालन करता है, वही पाप से बचता है।

बुराइयों की ओर ढीला मन रखने से फिसलने का भय है।

**न पिष्येम कदाचन ।**

-अथर्व० २०।१२७।१४

अनीति के आगे सिर न झुकाओ ।
बुराई के आगे आत्म-समर्पण न करो ।

**मा वयं रिषाम ।**

-अथर्व० १४।२।५०

किसी का अन्याय सहन न करो ।
स्थिति के अनुसार अनीति के प्रतिकार का मार्ग ढूँढ़ो ।

**दूढ्य: अतिक्रामेम ।**

-ऋग० १।१०५।६

दुष्टों को आगे मत बढ़ने दो ।
बुरों की उन्नति में किसी प्रकार सहायक न बनो ।

**सर्वान् दुरस्यतो हन्मि ।**

-अथर्व ४।३६।४

दुष्टता करने वालों से संघर्ष करो ।
दुष्टों के साथ असहयोग, विरोध और संघर्ष की नीति अपनाओ ।

**इन्द्राग्नि रक्ष उब्जतम् ।**

-ऋग० १।२१।१०।५

पराक्रम और ज्ञान से दुष्टों को सुधारो ।
दुष्टों को पराक्रम और चतुरता से काबू में लाया जाता है ।

**मानो दु:शंस ईशत ।**

-यजु० १।२३।१२।९

दुष्टों की सेवा सहायता मत करो ।
समर्थन एवं सहयोग पाकर उनकी दुष्टता और भी बढ़ जाती है ।

**मा शयन्तं प्रति वोचे देवयन्तम् ।**

–ऋग० १।४१।१।८

सत्कार्यों में विघ्न उत्पन्न करने वाले दुष्टों का वहिष्कार करो ।

उन्हें असुरों की तरह घृणित समझो जो सत्कार्यों में रोड़े अटकाते हैं ।

# यज्ञ महत्व

**अग्निहोत्रिणे प्रणुदे सपत्नान् ।**

–अथर्व० ९।२।६

यज्ञ करने से शत्रु नष्ट हो जाते हैं ।

शत्रुता को मित्रता में बदल देने का सर्वोत्तम उपाय यज्ञ है ।

**सम्यञ्जोऽग्नि सपर्यत ।**

–अथर्व० ३।३०।६

सबको मिलकर यज्ञानुष्ठान करना चाहिए ।

सामूहिक उपासना का महत्व असंख्य गुना अधिक है ।

**यज्ञं जनयन्तु सूरयः ।**

–ऋग०

हे विद्वानो, संसार में यज्ञ का प्रचार करो ।

जिन्हें स्वर्गीय सुख प्राप्त करना अभीष्ट हो, वे यज्ञ किया करें ।

**प्राचं यज्ञं प्रणतया स्वसाय ।**

–ऋग० १०।१०१।२

प्रत्येक शुभ कार्य यज्ञ के साथ आरम्भ करो ।

यज्ञ के साथ आरम्भ किये हुए कार्य सफल और सुखदायक होते हैं ।

## सर्वेषां देवानां आत्मा यद् यज्ञः ।

–शतपथ० १३।३।२।१

सब देवताओं की आत्मा यज्ञ है ।

यज्ञ करने वाले, देवताओं की आत्मा तक पहुँचते हैं ।

## अयज्ञियो हत वर्चो भवति ।

–अथर्व०

यज्ञ रहित मनुष्य का तेज नष्ट हो जाता है ।

यदि तेजस्वी रहना है तो यज्ञ करते रहना चाहिए ।

## भद्रो नो अग्नि राहुतः ।

–यजु० १५।३२

यज्ञ में दी हुई आहुतियाँ कल्याण कारक होती हैं ।

जो अपना कल्याण चाहते हैं वे यज्ञ किया करें ।

## मा सुनोतेति सोमम् ।

–ऋग० २।३०।७

यज्ञानुष्ठान की महान उपासना बन्द न करो ।

जहाँ यज्ञ बन्द हो जाते हैं वहाँ सुख-शान्ति चली जाती है ।

## कस्मै त्व विमुञ्चति तस्मै त्वं विमुञ्चति ।

–यजु०

जो यज्ञ को त्यागता है उसे परमात्मा त्याग देता है ।

जिन्हें परमात्मा का अनुग्रह अभीष्ट हो, वे यज्ञ करना न त्यागें ।

# गायत्री माहात्म्य

## गायत्री वेद मातरम् ।

-महाभारत

गायत्री चारों वेदों की माता है ।

वेदों का समस्त ज्ञान-विज्ञान गायत्री से सन्निहित है ।

## गायत्रीच्छन्दसामहम् ।

-गीता

वेद मंत्रों में गायत्री साक्षात् ब्रह्म हैं ।

ब्रह्म का साक्षात् करने के इच्छुक गायत्री-उपासना करें ।

## न गायत्रीं सम जाप्यं ।

-वशिष्ठ

गायत्री के समान और कोई जप श्रेष्ठ नहीं ।

सकाम-निष्काम उद्देश्यों के लिए सर्व श्रेष्ठ मंत्र गायत्री ही है ।

## गायत्री पाप नाशिनी ।

-विश्वामित्र

गायत्री-उपासना से पाप नष्ट होते हैं ।

आत्मा को निष्पाप बनाने के लिए गायत्री का आश्रय लेना चाहिए ।

## गायत्री सर्व काम धुक् ।

-याज्ञवल्क्य

गायत्री सब कामनाओं को पूर्ण करने वाली है ।

गायत्री उपासक की कोई कामना अपूर्ण नहीं रहती ।



मुद्रक : युग निर्माण योजना प्रेस, मथुरा (उ. प्र.)